

## معلومات حول الكحول والمخدرات و المنشطات الرياضية والتبغ والعنف

### المخدرات والمنشطات الرياضية

في السويد ممنوع استخدام المخدرات والعقاقير المنشطة. يوجد عدد كبير من الأنواع المختلفة من المخدرات، على سبيل المثال القنب والقات والهيروين والأمفيتامين والإكستاسي. في السويد ممنوع على جميع النساء والرجال والبنات والبنين استخدام المخدرات أو الأدوية المصنفة كمخدرات، على سبيل المثال الترامادول، دون وصفة طبية من الطبيب.

المنشطات في الرياضة تعني أن المرء يستخدم مواد مخالفة للقانون لجعل عضلاته أقوى وتحمل المزيد. المنشطات الأبتنائية الأندروجينية هي مثال عن العقاقير المنشطة.

كما يُعتبر أمر مخالف للقانون أيضًا شراء وبيع واستيراد وتصنيع أو حمل مواد تُستخدم كمنشطات في الرياضة أو مخدرات أو أدوية مصنفة كمخدرات ليس لديك وصفة طبية لها. إذا خالفت القانون فقد يلتزم عليك دفع غرامات أو يتم سجنك.

### الكحول

شرب البنين والبنات الذين تقل أعمارهم عن 18 سنة للكحول أمر مخالف للقانون. كما لا يجوز لك بصفتك والد/والدة شراء الكحول أو التبغ لطفل عمره أقل من 18 سنة.



إذا كان عمرك 18 سنة أو أكثر فيجوز لك شراء الكحول في المطاعم والحانات. لا يجوز لك دعوة أي شخص يقل عمره عن 18 سنة إلى شرب الكحول. لكي يمكنك شراء الكحول في الشركة الحكومية لبيع المشروبات الكحولية (Systembolaget) يجب أن يكون عمرك 20 سنة على الأقل. الشركة الحكومية لبيع المشروبات الكحولية هي المتجر الوحيد في السويد الذي يجوز له بيع مشروبات تحتوي على نسبة كحول أكثر من 3,5%.

### الكحول والعنف

يوجد أيضًا صلة بين الكحول والعنف. عندما تكون شربت الكحول يصبح أصعب عليك التحكم بمشاعرك. ويصبح الخطر أكبر في المواقع في شجارات. قد يكون ذلك خطيرًا، بالنسبة لك وللآخرين على حد سواء.

### استنشاق غاز الضحك

هناك سوء فهم معتاد وهو أن غاز الضحك ليس خطيرًا لأنه يُستخدم في مجال الرعاية الطبية. ولكن مع ذلك يوجد فروق كبيرة بين غاز الضحك الذي يُستعمل في الرعاية الطبية والغاز الذي يُستعمل للثمل. قد يسبب غاز الضحك الإدمان ويؤثر على صحتك بصورة سلبية. قد يؤدي الإدمان على غاز الضحك خلال فترة طويلة إلى مشاكل نفسية وإصابات عصبية دائمة.

### التبغ والنيكوتين

يُباع في السويد عدد كبير من المنتجات المختلفة التي تحتوي على التبغ أو النيكوتين، على سبيل المثال السجائر والسنوس والتبغ الملفوف والسجائر الإلكترونية والتبغ للرجلة. في السويد يجب أن تبلغ عمر 18 سنة لكي يجوز لك شراء المنتجات التي تحتوي على التبغ أو النيكوتين. بيع التبغ مسموح فقط في المتاجر التي لديها ترخيص لبيع التبغ. ممنوع بيع التبغ دون ترخيص.

ممنوع في السويد التدخين في عدد كبير من الأماكن، على سبيل المثال في المقاهي والمطاعم ومواقع العمل ومواقف الحافلات وساحات المدارس والملاعب وخارج مداخل المباني. وينطبق المنع أيضًا على السجائر الإلكترونية والمنتجات العشبية والمواد الأخرى التي يمكن تدخينها على الرغم من أنها لا تحتوي على التبغ.



## العنف

العنف في العلاقات الأسرية هو مشكلة صحية شعبية كبيرة تؤثر على عدد كبير من الناس في كافة أنحاء العالم، ويتم قتل حوالي 15-20 امرأة كل سنة في السويد من قبل الزوج أو الزوج السابق. يتعلق الأمر إلى حد كبير بالعنف النفسي مثل السيطرة والإهانات والتهديد والعزل، ولكن أيضاً العنف الجسدي والجنسي. عندما يعرض أحد الشريكين في علاقة الشريك الآخر إلى العنف، فيعني ذلك أن الأطفال في هذه العائلة يعيشون مع العنف في حياتهم اليومية.

كما يتعرض عدد كبير من الأطفال بأنفسهم إلى العنف، على سبيل المثال عن طريق مناداتهم بكلمات تحقيرية، على سبيل المثال غبي أو أحمق أو عاهرة. أو أن يتم إتلاف الأغراض الخاصة بالشخص المتعرض، أو ألا يُسمح له بأن يكون لديه أموال خاصة به، ولا كلمات مرور خاصة به للحسابات الرقمية.

## العنف أو الاضطهاد المتصل بالشرف

في بعض العائلات والأسر الممتدة يوجد تصورات قوية حول كيف يجب أن تتصرف النساء والفتيات. قد تكون مثلاً قواعد عائلية تحدد من الذي يجوز لهن معاشرتهم، أو الملابس التي يمكنهن ارتدائها وأنه يجب عليهن الحفاظ على عذريتهن حتى الزواج. وقد تكون أيضاً قواعد حول التوجه الجنسي الذي تقبله العائلة والأقارب. في بعض الأحيان يكفي أن توجد اشتباهاة عن حدوث أمر ما. إذا تعرض شخص ما إلى العقاب لأنه يخرق قواعد الأسرة أو الأقارب فيسمى ذلك بالعنف أو الاضطهاد المتصل بالشرف.

في السويد إن إلزام شخص على الزواج ضد مشيئته وتزويج شخص عمره أقل من 18 سنة أمر مخالف للقانون. تُعرف هذه الجرائم بجريمة الزواج القسري وجريمة زواج الأطفال. كما يُعتبر إجرام أيضاً تعريض شخص ما إلى بتر الأعضاء الجنسية أو إلزام شخص على السفر إلى الخارج للزواج وبتر الأعضاء الجنسية أو المساهمة في ذلك. يمكن لدائرة الخدمات الاجتماعية اتخاذ قرار عن منع السفر إلى الخارج إذا كان هناك خطر في التعرض إلى الزواج القسري و/أو بتر الأعضاء الجنسية.

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة اتصل بدائرة الخدمات الاجتماعية في البلدية التي أنت مقيم فيها.

إذا كان الأمر طارئاً اتصل بالشرطة على الرقم 112.

## خفارات النساء في هالاند:

- خفارة النساء في هالمستاد خفارة النساء في فالكنبيرغ خفارة النساء في فاربيرغ خفارة النساء في كونغسبكا  
035-12 88 88 0346-822 50 0340-105 11 076-020 30 33

## إذا شاهدت جريمة

إذا شاهدت جريمة تحدث الآن

يجب عليك الاتصال

هاتفياً على الرقم 112 في أسرع

وقت ممكن.

إذا كانت الجريمة حدثت بالفعل

يمكنك تقديم

اقتراح إلى الشرطة على الرقم

114 14.

لا تحتاج إلى الشعور بالخوف

من الحديث

مع الشرطة في السويد.

الشرطة تريد تقديم المساعدة

وتستمع إليك.

## أين يمكن الحصول على الدعم والنصائح؟

يمكنك الاتصال بدليل الرعاية الصحية على الرقم 1177 أو الاطلاع على الموقع الإلكتروني

[www.1177.se](http://www.1177.se)

رقم التوقف عن التدخين Sluta Röka-linjen

رقم التوقف عن التدخين هو رقم يمكنك الاتصال به إذا كنت تريد الحصول على دعم للتوقف

عن التدخين أو عن استخدام السنوس.

رقم الهاتف هو 020-84 00 00.

يمكنك أيضاً الاطلاع على الموقع الإلكتروني لرقم التوقف عن التدخين:

[www.slutarokalinjen.se](http://www.slutarokalinjen.se)

يومو Youmo

يوجد على الموقع الإلكتروني ليومو معلومات حول الجسم والجنس والصحة ببضعة لغات.

[www.youmo.se](http://www.youmo.se)

Drugsmart

يوجد على الموقع الإلكتروني لـ Drugsmart معلومات حول الكحول والمخدرات والمنشطات

في الرياضة والتبغ. [www.drugsmart.com](http://www.drugsmart.com)